



УТВЕРЖДАЮ

Директор государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области основная общеобразовательная школа № 2 городского округа Октябрьск Самарской области

Михайловская Н.Н.

Меню СП "Детский сад № 2" ГБОУ ООШ 2 г.о.Октябрьск

на 10 декабря 2025 года
от 1-го до 3-х лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак					
1,95	2,69	14,82	90,13	Каша жидкая молочная манная	130
2,38	2,01	11,97	75,83	Кофейный напиток с молоком	150
3,00	9,25	17,91	166,60	Бутерброд с маслом	49
7,33	13,94	44,69	332,57	ИТОГО:	329

2-й Завтрак					
0,94	0,00	18,89	78,91	Сок яблочный	187
1,48	2,00	15,24	81,20	Печенье	20
2,42	2,00	34,13	160,11	ИТОГО:	207

Обед					
0,40	0,72	0,87	11,70	Салат из зелёного горошка	14
4,62	3,73	11,12	97,20	Суп картофельный с	180
5,09	3,23	0,26	54,59	мясными фрикадельками	32
18,13	7,34	3,02	151,05	Котлеты Сочные	71
3,03	7,40	15,91	142,44	Рагу овощное (3-й вариант)	145
0,37	0,02	23,14	94,17	Компот из сушеных фруктов	150
2,90	0,53	17,39	76,56	Хлеб пшеничный	44
34,53	22,96	71,70	627,70	ИТОГО:	636

Уплотненный полдник					
5,08	4,60	0,28	63,00	Яйцо вареное	40
4,06	3,50	5,60	70,00	Кисломолочный продукт (Кефир)	140
9,44	16,41	17,90	287,79	Ватрушка с творогом	120
0,27	0,27	6,66	29,92	Фрукты свежие (яблоко)	68
18,85	24,78	30,44	450,71	ИТОГО:	368

Медсестра СП "Детский сад № 2" ГБОУ ООШ № 2 г.о.Октябрьск:

Землякова О.Г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области основная общеобразовательная школа № 2 городского округа Октябрьск Самарской области

Михайловская Н.Н.

Меню СП "Детский сад № 2" ГБОУ ООШ 2 г.о.Октябрьск

на 10 декабря 2025 года
от 3 х до 7 лет

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		

Завтрак

3,00	4,13	22,80	138,67	Каша жидкая молочная манная	200
2,85	2,41	14,36	91,00	Кофейный напиток с молоком	180
4,49	13,84	26,80	249,33	Бутерброд с маслом	60
10,34	20,38	63,96	479,00	ИТОГО:	440

2-й Завтрак

0,95	0,00	19,19	80,18	Сок яблоко-персик	190
1,48	2,00	15,24	81,20	Печенье	20
2,43	2,00	34,43	161,38	ИТОГО:	210

Обед

0,43	0,77	0,93	12,53	Салат из зелёного горошка	15
5,13	4,14	12,35	108,00	Суп картофельный с	200
5,25	3,33	0,26	56,30	мясными фрикадельками	33
18,13	7,34	3,02	151,05	Котлеты Сочные	71
3,34	8,17	17,56	157,17	Рагу овощное (3-й вариант)	160
0,44	0,02	27,77	113,00	Компот из сушеных фруктов	180
3,63	0,66	17,39	95,70	Хлеб пшеничный	55
36,35	24,43	79,28	693,75	ИТОГО:	714

Уплотненный полдник

5,08	4,60	0,28	63,00	Яйцо вареное	40
4,12	3,55	5,68	71,00	Кисломолочный продукт (Кефир)	142
9,83	17,10	18,64	299,79	Ватрушка с творогом	125
0,28	0,28	6,76	30,36	Фрукты свежие (яблоко)	69
19,31	25,52	31,36	464,15	ИТОГО:	376

Медсестра СП "Детский сад № 2" ГБОУ ООШ № 2 г.о.Октябрьск:

Землякова О.Г.